



情況說明書

有關流感的重要事實

關於流感

流行性感冒(通稱"流感")是一種由流行性感冒病毒而引起的傳染性呼吸疾病。感染流行性感冒病毒能造成嚴重疾病和危及生命的併發症。每年估計有 10% 至 20% 的美國人患流感：每年平均有 114,000 人因為與流感有關的併發症而住院，有 36,000 個美國人死于流感併發症。

流感的症狀

流感的症狀包括發燒(通常體溫高)、頭痛、極其疲勞、乾咳、喉嚨痛、流鼻涕或鼻塞以及肌肉疼痛。諸如噁心、嘔吐和腹瀉的腸胃症狀在孩子中比在成人中更加普遍。

流感的傳佈

流感病毒傳佈的主要方法是從一個人到另一個人，通過咳嗽和打噴嚏的呼吸氣滴進行(這稱為“氣滴傳佈”)。當患者咳嗽或打噴嚏的氣滴經空氣推動(通常達 3 尺遠)並落在附近的人的嘴或鼻子上時，傳染就發生了。一個人觸碰到另一個人或一物體上的呼吸氣滴，然後在未洗手之前觸碰到他們自己的嘴或鼻子(或其他人的嘴或鼻子)時，病毒也得以傳佈，雖然這種傳佈不太常見。

科學研究表明成人在症狀出現以前 1 天至得病後 7 天病毒開始散發。年幼的孩子散發病毒超過 7 天以上。但通常，病毒更多地是在得病早期而非晚期散發。

避免流感

接種疫苗：避免流感的一種最好辦法是每年秋天預防接種。但在沒有疫苗的情況下，也有其他方法防止流感。

抗病毒治療藥物：三種抗病毒藥物(三環癸胺、rimantadine 和 oseltamivir)已得到核准並可商業用于防止流感。所有這些治療藥物都是處方藥物，在用藥防流感之前應當詢問醫生意見。

良好健康的其他習慣

以下步驟也許對防止傳佈象流感一樣的呼吸性疾病有幫助：

- **避免靠近接觸**

避免和病人靠近接觸。當你生病時，請對其他人保持距離以免其也得病。

- **請在生病時留在家裡**

如果可能，請在生病時留在家裡，不要去工作、上學和辦事。這樣你會有助於防止其他人從你那裡得病。

- **擋住你的嘴巴和鼻子**

請在咳嗽或打噴嚏時用紙巾擋住你的嘴巴和鼻子。這樣可防止你週圍的人得病。

- **清潔你的雙手**

經常洗手會有助於保護你遠離病原體。

2003 年 12 月 30 日

- **避免觸摸你的眼睛、鼻子或嘴巴**

當一個人觸摸被病原体污染的東西後再觸摸其眼睛、鼻子或嘴巴時，病原体經常就這樣散佈了。

診斷流感

只要你在症狀出現後的頭 2 或 3 天內測試，可測試得出你是否患有流感。另外，可能需要醫生檢查以確定一個人是否患有其他流感併發症。

很有可能發生流感併發症

某些人更有可能發生嚴重流感併發症。這包括 65 歲或 65 歲以上的人以及任何年齡的慢性病患者。懷孕女性和 6 個月至 23 月之間的孩子很有可能發生流感併發症。

流感併發症

某些流感引起的併發症包括細菌性肺炎、脫水和慢性病惡化，例如充血性心臟衰竭、哮喘或糖尿病。孩子可能會有鼻竇的毛病和耳朵感染。

治療流感

抗病毒藥物治療：四種抗病毒藥物(三環癸胺、rimantadine、zanamavir 和 oseltamivir) 已被核准用于治療流感。這些藥物都需要醫生處方。抗病毒藥物治療需要 5 天，必須在生病的頭 2 天之內開始。

如果你在本流感季節得病該做些什麼

如果你得了流感，我們建議你多休息，多喝飲料，不要喝酒和吸煙。你也可用藥減輕流感症狀 (但在沒有先向你的醫生問診前，千萬不要給有像流感一樣症狀 -- 特別是發燒的 -- 孩子或青少年服用阿司匹林。)

但如果你的流感症狀非常嚴重 (例如，如果你呼吸有困難)，你就應當立刻向你的醫療提供人問診。

如果你很有可能發生流感併發症，當你開始出現流感症狀時就應當向你的醫療提供人問診。這包括 **65 歲或 65 歲以上的人、慢性病患者、懷孕女性或孩子**。你的醫生可能會選用某些抗病毒藥物來治療流感。

可瀏覽 www.cdc.gov/flu 網頁或打電話給全國免疫熱線(800)232-2522(英語)，(800)232-0233(西班牙語)或 (800)243-7889 (聽障電話)以獲取更多資訊。

2003 年 12 月 30 日